

**HUBUNGAN ASUPAN SERAT DAN KOLESTEROL DENGAN KADAR
KOLESTEROL DARAH PADA PENDERITA STROKE DI RUANG
RAWAT INAP RSUD Dr.MOEWARDI SURAKARTA**



Skripsi ini Disusun untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Ijazah S1 Gizi

Disusun Oleh:

RENNI PRABAWATI SEPTI

J 310 060 045

**PROGRAM STUDI S1 GIZI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2011**

**HUBUNGAN ASUPAN SERAT DAN KOLESTEROL DENGAN KADAR
KOLESTEROL DARAH PADA PENDERITA STROKE DI RUANG RAWAT INAP
RSUD Dr.MOEWARDI SURAKARTA**



Skripsi ini Disusun untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Ijazah S1 Gizi

Disusun Oleh:

RENNI PRABAWATI SEPTI
J 310 060 045

**PROGRAM STUDI S1 GIZI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2011**

**PROGRAM STUDI GIZI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
SKRIPSI**

ABSTRAK

RENNI PRABAWATI SEPTI. J 310 060 045

HUBUNGAN ASUPAN SERAT DAN KOLESTEROL DENGAN KADAR KOLESTEROL DARAH PADA PENDERITA STROKE DI RUANG RAWAT INAP RSUD Dr.MOEWARDI SURAKARTA

Peningkatan prevalensi terjadinya stroke disebabkan oleh pola hidup dan kebiasaan makan masyarakat yang semakin berkembang. Bertambahnya kemakmuran penduduk suatu negara maka konsumsi lemak dan kolesterol semakin meningkat. Peningkatan konsumsi tersebut dapat meningkatkan kadar kolesterol darah dalam tubuh. Kadar kolesterol darah dapat diturunkan dengan cara memperbanyak konsumsi makanan yang mengandung serat. Serat mampu menarik senyawa kolesterol darah dalam pencernaan dan dikeluarkan melalui feses.

Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan asupan serat dan kolesterol dengan kadar kolesterol darah pada penderita stroke di ruang rawat inap RSUD Dr.Moewardi Surakarta.

Metode penelitian ini merupakan observasional dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian adalah penderita stroke iskemik rawat inap di RSUD Dr.Moewardi Surakarta, sedangkan sampel penelitian berjumlah 30 penderita stroke yang memenuhi kriteria inklusi yang telah ditentukan. Data asupan serat dan asupan kolesterol diketahui dengan *recall* 24 jam selama 2 hari berturut turut, sedangkan kadar kolesterol darah diketahui berdasarkan catatan medik penderita. Hubungan asupan serat dan kolesterol dengan kadar kolesterol darah diuji dengan uji *Pearson Product Moment*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa seluruh sampel penelitian ini memiliki asupan serat tidak baik. Berdasarkan asupan kolesterol sebagian besar sampel memiliki asupan kolesterol baik yaitu sebesar 93,3%. Berdasarkan kadar kolesterol darah sebagian besar sampel memiliki kadar kolesterol darah baik yaitu sebesar 70%.

Kesimpulan penelitian ini adalah tidak terdapat hubungan antara asupan serat dengan kadar kolesterol darah pada penderita stroke di ruang rawat inap RSUD Dr.Moewardi Surakarta dan ada hubungan antara asupan kolesterol dengan kadar kolesterol darah pada penderita stroke di ruang rawat inap RSUD Dr.Moewardi Surakarta. Disarankan bagi ahli gizi sebaiknya melakukan konseling sehingga penderita stroke dapat mengetahui informasi mengenai stroke dan diet yang harus dilakukan oleh penderita stroke.

Kata kunci : asupan serat, asupan kolesterol, kadar kolesterol darah, stroke
Kepustakaan : 43 (1993 – 2009)

**NUTRITION PROGRAM STUDY
FACULTY OF HEALTH SCIENCE
MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF SURAKARTA
RESEARCH PAPER**

ABSTRACT

RENNI PRABAWATI SEPTI. J 310 060 045

THE RELATION OF FIBRE AND CHOLESTEROL INTAKE WITH BLOOD CHOLESTEROL LEVEL ON STROKE PATIENTS IN INPATIENT WARDS OF RSUD Dr. MOEWARDI SURAKARTA.

The Increasing prevalence of stroke is resulted from society's lifestyle and eat pattern. Even more prosperous the inhabitants in a country, the the more fat and cholesterol being consumed. Such consumption increment can raise blood cholesterol level in the body. The blood cholesterol level can be reduced by take up more fibre in meal consumption. Fibre is able to draw blood cholesterol compounds in digestive and excreted with faeces.

The objective of this research is to know the relation of fibre and cholesterol intake with blood cholesterol level on stroke patients in inpatient wards of RSUD Dr. Moewardi Surakarta.

The method of this research is an observational research using cross sectional approach. Populations of this research are the ischemic stroke patients recorded as stroke patients hospitalized in RSUD Dr. Moewardi Surakarta, while the samples of this research are 30 stroke patients who are hospitalized in RSUD Dr. Moewardi with certain predetermined criteria. Information of fibre and cholesterol intake knew recall 24 hours during 2 days, while with blood cholesterol level knew according medical check up. The relation of fibre and cholesterol intake test using pearson product moment.

The results of research show that all the samples in this research have insufficient fibre intake. According cholesterol intake most samples have good cholesterol intake of 93,3%. The result of relational test between fiber intake and blood cholesterol level shows there is no relation if observed from p value of 0.446 ($p \geq 0.05$) and there relation between cholesterol intake and blood cholesterol with p value of 0.001 ($p < 0.05$).

The conclusion of this research is there is no relation between fibre intake and blood cholesterol level on stroke patients in inpatient wards of RSUD Dr. Moewardi Surakarta, and there is a relation between cholesterol intake with blood cholesterol level on stroke patients in inpatient wards of RSUD Dr. Moewardi Surakarta. To nutritionist must consulting and make stroke patients understand about stroke information and diet that stroke patient do.

Keywords : *Fiber intake, cholesterol intake, blood cholesterol level, stroke*
Literature : *43 (1993-2009).*

**HUBUNGAN ASUPAN SERAT DAN KOLESTEROL DENGAN KADAR
KOLESTEROL DARAH PADA PENDERITA STROKE DI RUANG RAWAT INAP
RSUD Dr.MOEWARDI SURAKARTA**



**Skripsi ini Disusun untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Ijazah S1 Gizi**

Disusun Oleh :

RENNI PRABAWATI SEPTI
J 310 060 045

**PROGRAM STUDI S1 GIZI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2011**

PERNYATAAN KEASLIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diajukan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini sumbernya tercantum dalam daftar pustaka.

Surakarta, 31 Oktober 2011

Peneliti

Renni Prabawati Septi

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul Penelitian : Hubungan Asupan Serat dan Kolesterol dengan Kadar
Kolesterol Darah pada Penderita Stroke di Ruang
Rawat Inap RSUD Dr.Moewardi Surakarta
Nama Mahasiswa : Renni Prabawati Septi
Nomor Induk Mahasiswa : J 310 060 045

Telah diuji dan dinilai Tim Penguji Skripsi Program Studi Gizi Fakultas Ilmu
'Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta pada tanggal 31 Oktober 2011 dan
telah diperbaiki sesuai dengan masukan Tim Penguji

Surakarta, 31 Oktober 2011

Menyetujui

Pembimbing I

Pembimbing II

(Dwi Sarbini, SST., M.Kes)

NIK. 72061497070102019

(Ririn Yuliati, S.Si.T., M.Si)

NIK. 196706261991032001

Mengetahui,

Ketua Program Studi Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta

Dwi Sarbini, SST., M.Kes

NIK. 72061497070102019

PENGESAHAN

Judul Penelitian : Hubungan Asupan Serat dan Kolesterol dengan Kadar
Kolesterol Darah pada Penderita Stroke di Ruang
Rawat Inap RSUD Dr.Moewardi Surakarta

Nama Mahasiswa : Renni Prabawati Septi

Nomor Induk Mahasiswa : J 310 060 045

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi Program Studi Gizi
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta
pada tanggal 31 Oktober 2011 dan dinyatakan
memenuhi syarat untuk diterima

Surakarta, 31 Oktober 2011

Penguji I : Dwi Sarbini, SST., M.Kes ()

Penguji II : Endang Nur W., SST., M.Si., Med ()

Penguji III : Sri Maryani, S.Gz ()

Mengetahui
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Dekan

Arif Widodo, A.Kep.,M.Kes
NIK. 69060593110101014

MOTTO

“Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan”

(Q.S.Alam Nasyrah:6)

“Jangan tanya apa yang negrimu berikan untukmu tapi tanyakan apa yang bisa kita berikan untuk negri” (Ir.Soekarno)

“Jadikanlah sabar dan shalat sebagai penolongmu. Dan sesungguhnya yang demikian itu sungguh berat, kecuali bagi orang-orang yang khusyu’ “ (Q.S.Al-Baqarah:45)

“Barangsiapa ditanya tentang suatu ilmu lalu disembunyikannya (tidak mau memberikan keterangan), maka orang itu di hari kiamat kelak akan dikekang oleh api neraka” (HR.Abu Daud)

“There is no wealth like knowledge, no poverty like ignorance”

(Ali bin Abu Thalib)

“Manusia yang baik yaitu manusia yang bermanfaat bagi manusia lain” (Penulis)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan rasa syukur Skripsi ini penulis persembahkan kepada:

- 1. Allah SWT atas nikmat dan rahmat yang telah diberikan sehingga dapat terselesaikannya skripsi ini**
- 2. Kedua orang tua (H. Prabowo dan Hj. Iris Setiyowati), adik (Dendy), Prof.DR.dr.A.Guntur Hermawan,Sp.PD dan keluarga besar Hardjosisworo yang telah memberikan doa dan menyebut namaku di setiap sujud dan doanya, serta telah memberikan dukungan baik moril maupun materiil selama ini. Tanpa kalian aku tidak akan menjadi seperti sekarang ini**
- 3. Sahabat-sahabat terbaikku Embun, Ida, Gita, Umi, Putri, Indah dan Dini yang telah memberikan semangat, motivasi dan pengalaman yang sangat berharga. Semoga kita tidak akan memutuskan tali silaturahmi ini**
- 4. Teman-teman S1 Gizi angkatan 2006, semoga kita dapat terus berbagi ilmu, pengalaman dan informasi dan dapat bertemu di lain kesempatan**
- 5. Teman-teman UKM Marching Band UMS yang telah memberikanku pelajaran dan pengalaman bermusik dan berorganisasi yang tidak kudapatkan di bangku kuliah. Semoga alunan music kita tidak berhenti sampai disini**
- 6. Teman-teman BEM FIK dan HMP Gizi terutama masa jabatan 2007-2008 yang telah memberikanku pengalaman berorganisasi**
- 7. Pihak-pihak yang telah memberikan dukungan, penulis mohon maaf apabila tidak dapat disebutkan satu persatu**
- 8. Almamaterku**

RIWAYAT HIDUP

Nama : Renni Prabawati Septi

Tempat/Tanggal Lahir : Semarang, 12 September 1988

Jenis Kelamin : Perempuan

Agama : Islam

Alamat : Perum. Dasana Indah Jl.Mawar Blok UB 5 No.1,
Tangerang Banten

Riwayat Pendidikan : 1. Lulus TK Sunan Bonang Tangerang tahun 1994
2. Lulus SD Sunan Bonang Tangerang tahun 2000
3. Lulus SMP Islamic Village Tangerang tahun 2003
4. Lulus SMA Islamic Village Tangerang tahun 2006
5. Menempuh pendidikan S1 Gizi di Universitas
Muhammadiyah Surakarta angkatan 2006

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan dan melimpahkan segala nikmat, karunia dan rahmat-Nya kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“Hubungan Asupan Serat dan Kolesterol dengan Kadar Kolesterol Darah pada Penderita Stroke Rawat Inap di RSUD Dr.Moewardi Surakarta”**, sebagai salah satu syarat untuk mencapai gelar strata satu di Program Studi Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Proses penyusunan skripsi ini penulis mendapatkan banyak dukungan dan masukan dari beberapa pihak. Pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan banyak terima kasih kepada :

1. Bapak Arif Widodo, A.Kep., M.Kes., selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
2. Ibu Dwi Sarbini, SST., M.Kes., selaku Kepala Program Studi Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta dan pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, nasihat, arahan dan masukan yang sangat bermanfaat dalam penyusunan skripsi ini.
3. Ibu Ririn Yuliati, S.Si.T., M.Si., selaku pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, nasihat, arahan dan masukan yang sangat bermanfaat dalam penyusunan skripsi ini.
4. Ibu Endang Nur W, SST., M.Si., Med, selaku dosen penguji yang telah memberikan bimbingan, nasihat, arahan dan masukan yang sangat bermanfaat dalam penyusunan skripsi ini.

5. Ibu Sri Maryani, S.Gz, selaku dosen penguji yang telah memberikan bimbingan, nasihat, arahan dan masukan yang sangat bermanfaat dalam penyusunan skripsi ini.
6. Segenap Dosen dan Asisten Dosen Program Studi Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah memberikan ilmu dan bimbingan kepada penulis.
7. Segenap Staf Tata Usaha Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah membantu dalam hal administrasi selama menempuh pendidikan sarjana strata 1.
8. Segenap Staf Bidang Diklit, Kepala dan Perawat Ruang Rawat Inap Anggrek 2 RSUD Dr.Moewardi Surakarta yang telah memberikan ijin dan memberikan bimbingan kepada penulis.
9. Responden yang telah memberikan kesediaan dan waktu dalam pengambilan data.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, maka penulis mengharapkan kritik dan saran. Penulis berharap semoga skripsi ini dapat menjadikan manfaat bagi semua pihak.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Surakarta, 31 Oktober 2011

Penulis

Renni Prabawati Septi

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL DEPAN.....	i
ABSTRAK.....	ii
ABSTRACT.....	iii
HALAMAN JUDUL.....	iv
PERNYATAAN KEASLIAN	v
HALAMAN PERSETUJUAN	vi
HALAMAN PENGESAHAN.....	vii
MOTTO.....	viii
PERSEMBAHAN	ix
RIWAYAT HIDUP	x
KATA PENGANTAR	xi
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
 BAB I. PENDAHULUAN	 1
A. Latar Belakang	1
B. Perumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian.....	3
D. Manfaat Penelitian.....	4
 BAB II. TINJAUAN PUSTAKA	 6
A. Tinjauan Teoritis	6
1. Stroke.....	6
2. Asupan Serat.....	18
3. Asupan Kolesterol.....	21
4. Kadar Kolesterol Darah.....	22
5. Hubungan Asupan Kolesterol dengan Kadar Kolesterol Darah.....	26
6. Hubungan Asupan Kolesterol dengan Kadar Kolesterol Darah.....	27
7. Status Gizi.....	28
8. Metode <i>Food Recall</i> 24 Jam.....	30
B. Kerangka Teori	33
C. Kerangka Konsep	34
D. Hipotesis Penelitian	34
 BAB III. METODE PENELITIAN	 35
A. Jenis Penelitian.....	35
B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	35
C. Populasi dan Sampel.....	36
D. Variabel Penelitian.....	37
E. Definisi Operasional Variabel.....	37

F. Pengumpulan Data.....	38
G. Langkah-langkah Penelitian	39
H. Pengolahan dan Analisis Data.....	40
 BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN.....	44
A. Gambaran Umum Rumah Sakit	44
B. Karakteristik Sampel	45
C. Hubungan Asupan Serat dengan Kadar Kolesterol Darah	49
D. Hubungan Asupan Kolesterol dengan Kadar Kolesterol Darah	51
E. Keterbatasan Penelitian.....	53
 BAB V. PENUTUP	54
A. Kesimpulan.....	54
B. Saran.....	55

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Kadar lipid plasma.....	26
2. Kategori status gizi menurut IMT	30
3. Kategori asupan serat	40
4. Kategori asupan kolesterol	41
5. Kategori kadar kolesterol darah.....	41
6. Distribusi sampel menurut jenis kelamin dan usia	45
7. Distribusi sampel menurut status gizi	46
8. Distribusi sampel menurut asupan serat.....	47
9. Distribusi sampel menurut asupan kolesterol	48
10. Distribusi sampel menurut kadar kolesterol darah	49
11. Hubungan asupan serat dengan kadar kolesterol darah.....	49
12. Hubungan asupan kolesterol dengan kadar kolesterol darah	51

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Teori.....	33
2. Kerangka Konsep.....	34

DAFTAR LAMPIRAN

1. Formulir Kesiediaan Menjadi Responden
2. Kuesioner
3. Kunci Jawaban Kuesioner
4. Form *Recall* 24 Jam
5. Master Tabel
6. Distribusi Frekuensi Variabel Penelitian
7. Uji Normalitas Data dan Uji Hubungan Variabel Penelitian
8. Dokumentasi